

# Prosjekt Mening og Mestring lanseres på Filmens Hus, Oslo, 14. september 2018

av Olav Løkvik



*Et nettbasert undervisningsprogram om hvordan det kan oppleves å leve i parallelle virkeligheter, høre stemmer i hodet, og om hva som skal til for å skape mening og mestring i tilværelsen.*

## **TV-serien Stemmene i hodet vinteren 2017**

Mange ble imponert over TV-serien «Stemmene i hodet» som ble sendt på NRK vinteren 2017. Det spesielle med dokumentaren var at den viste seerne pålitelige uttrykk for hvordan det kan oppleves når verden faller

sammen for noen som står oss nær. Animasjonsklippene supplerte historiene til hovedpersonene i serien, Maria, Ruth Andrea og Benjamin. Alle tre har opplevd å høre stemmer i hodet. Det har vært stemmer som ikke vil dem vel, stemmer som har plaget dem. Animasjonene i serien fanget også inn andre skrekkinngytende fenomener som det å oppleve seg forfulgt, og det å ikke kunne stole på noen. Det var filmskaper Gunhild Asting som samarbeidet med de tre i perioden 2014-2016 i lokalene som rommer Bergfløtt behandlingssenter, Lier.



*Gunhild, Benjamin, og Anne presenterer prosjektet Mening & Mestring på oppstart av SEPREP-program i Skien mars 2018.*

Interessen for dokumentaren i behandlingsmiljøer og i brukerorganisasjoner vokste raskt og Gunhild Asting, Benjamin, Maria og Ruth Andrea deltok på flere konferanser og intervjuer i etterkant av serien. I november 2017 mottok de Schizofrenidagenes ærespris i Stavanger for sin felles innsats med filmprosjektet.

### **Veien fra dokumentar til nasjonal og internasjonal interesse og til undervisningsmateriale**

SEPREP foreslo å omarbeide videomaterialet fra dokumentarserien til kortere videoklipp som kunne brukes både i undervisningssammenheng og i opplysningsarbeid. Filmskaper Asting støttet denne muligheten til å gi materialet større utbredelse gjennom å bearbeide deler av det til undervisnings- og opplæringsprogram. Idéen om dette har blitt støttet aktivt fra flere hold og resulterte i en søknad til Extrastiftelsen gjennom Rådet for psykisk helse. Søknaden ble innvilget og dette sikret finansiering til gjennomføring av Prosjekt Mening og Mestring, som det nettbaserte undervisningsprogrammet heter. SEPREP er svært takknemlig for god støtte i prosjektarbeidet fra Rådet for psykisk helse, Extrastiftelsen og alle samarbeidsparter, spesielt de hovedmedvirkende og deres foreldre.

Vikan også nevne at det har vært arrangert visninger fra dokumentarserien

på ISPS-kongress i Liverpool september 2017 med fantastisk god respons. Tilsvarende god mottakelse fikk serien da Gunhild Asting presenterte stoffet på en fagdag i regi av ISPS Sverige, i et nært samarbeid med vår nære kollega i Sverige, Sverker Belin.

### **Utviklingsplan og pilotprosjekt**

For tiden foregår et pilotprosjekt hvor flere samarbeidspartnere prøver ut deler av materialet. Tilbakemeldingene så langt viser at de utvalgte videoklippene med tekst og refleksjonsspørsmål fra kapitlet som omhandler Barndom og Oppvekst, skaper nysgjerrighet, interesse og mulighet til utdypning av krevende spørsmål i egne liv.

### **Hvordan skal du finne fram til Prosjekt Mening og Mestring, og hvordan ta det i bruk?**

Prosjektet skal være klart i midten av september. Tilgang til materialet vil ligge på hjemmesiden til SEPREP ([seprep.no](http://seprep.no)) og være klar til bruk. Det vil også følge med en nedlastbar PDF-fil som inneholder tekst, refleksjonsspørsmål og henvisninger til de enkelte videoklipp. Intensjonen er at programmet skal være lett tilgjengelig og lett å ta i bruk for hvem som helst. Ønsket er at både brukere, pårørende, fagutøvere og studenter skal kunne benytte materialet, når som helst. Erfaringene så langt peker mot at det er smart å benytte undervisningsmaterialet i grupper. Det kan foregå i

internundervisningsmøter på behandlingssteder, brukerstyrte sentra og alle andre steder hvor det befinner seg mennesker som ønsker dialog om krevende temaer som psykose, stemmehøring, betydningen av venner, familie og nettverk. Materialet er godt egnet til å hente fram håp, ressurser og muligheter som den enkelte av oss trenger i livene våre.

### **De som står bak Prosjekt Mening og Mestring**

Mange har allerede bidratt mye til å virkeliggjøre idéen om undervisningsprogrammet. Gunhild Asting er som nevnt filmskaper og drivende kreativ kraft i dette arbeidet. Gunnar Brox Haugen, daglig leder i SEPREP, er prosjektleder for Mening og Mestring. SEPREPs sekretariat, har med god støtte fra filmskaper Asting, arbeidet med søknader, innhenting av godkjenninger og annet administrativt arbeid. Olav Løkvik, fagutvikler for SEPREP, har hovedansvar for de innledende tekstene til videoklippene og for refleksjonsspørsmålene som er tenkt brukt til dialog og utforskning i de sammenhengene hvor undervisningsmaterialet skal benyttes. Helt fra starten av har Benjamin Solvang bidratt i utvelgelsen av videoklipp og i arbeidet med struktur, emneinnhold og tekst. Han er også en av hovedpersonene i TV-serien og han har dermed bidratt med unik brukerkompetanse i dette arbeidet. Anne Ek, fagutvikler for SEPREP, er medansvarlig for tekster.

Hun har intervjuet hovedpersoner fra Stemmene i hodet tidligere i Dialog og i undervisningssammenhenger. Wenche Løyning, førstekonsulent i SEPREP holder en god hånd i det hele, og sørger for at alt det praktiske er på plass.

### **Lansering av programmet i september 2018**

Prosjekt Mening og Mestring forventes å være klart 14. september på Filmens hus i Oslo. Sett av dagen for denne spennende lanseringen. Videre informasjon om dette vil bli lagt ut på SEPREPs facebook- og hjemmeside.

*Olav Løkvik  
fagutvikler SEPREP TU  
olav.lokvik@seprep.no*

